



SEDE LOCALE DI FORLÌ - CESENA
Via Maldenti, n. 7 – 47121 Forlì
Via Fratelli Cairoli, n. 168 – 47521 Cesena
www.umanadimora.fc.it

La sede locale dell'Associazione propone per i giorni

GIOVEDÌ 6, VENERDÌ 7, SABATO 8 E DOMENICA 9 SETTEMBRE 2012

un'uscita sul tema

IL PARCO NAZIONALE DEL CIRCEO

Ubicato lungo la costa tirrenica del Lazio meridionale, è uno dei cinque parchi nazionali "storici" d'Italia, essendo stato istituito nel 1934 allo scopo di proteggere la vegetazione del promontorio del Circeo, il sistema dei laghi costieri e il nucleo di foresta planiziarica e zone umide sottratte d'imperio al radicale intervento di prosciugamento delle paludi pontine realizzato dal fascismo. Il promontorio, legato al mito della maga Circe, cantata da Omero nell'*Odissea*, e ricco di ritrovamenti archeologici e paleontologici, tra i quali il cranio di un *Homo neandertalensis* di circa 60.000 anni fa, era in origine un'isola, poi saldata alla terraferma dai depositi alluvionali trasportati lungocosta.

Il programma, che potrà subire modifiche anche in funzione delle condizioni meteorologiche, prevede, nella tarda mattinata di **giovedì**, un primo approccio con gli ambienti del Parco percorrendo in automobile la duna litoranea che da Torre Astura (pittoresco castello medioevale proteso nel mare) giunge al Circeo; essa separa il mar Tirreno dai quattro laghi costieri (in successione da nord a sud: lago di Fogliano, lago dei Monaci, lago di Caprolace e lago di Sabaudia o di Paola), ultimi relitti di un laguna che occupava la depressione tra due cordoni di dune e siti di importanza internazionale. E' prevista la sosta per il pranzo al sacco in un'area attrezzata lungo la costa. Nel pomeriggio è in programma una passeggiata, della durata di circa 2 ore escluso le soste, che dal centro storico di S. Felice Circeo (m 98) scende al porto, da cui un breve sentiero conduce alla Torre Fico e alla strada panoramica che si snoda nel versante sud del promontorio. Una deviazione consente di raggiungere la Grotta delle Capre, affacciata sul mare.

La giornata di **venerdì** è dedicata ad una escursione in battello all'isola di Ponza, la maggiore dell'Arcipelago Ponziano, con partenza dal porto di S. Felice Circeo. Nella mattinata è in programma un'escursione, della durata di circa 2,30 - 3 ore circa escluso le soste, alla Punta o Faraglione della Guardia, sulla cui sommità (m 120) è posto un faro, e al soprastante Monte La Guardia (m 280), massima elevazione dell'isola. Nel pomeriggio è prevista la sosta in una delle spiagge dell'isola.

Per **sabato** è in programma la traversata escursionistica dell'intero promontorio del Circeo, con partenza dal porto di S. Felice Circeo, da cui un ripido sentiero conduce in salita ai resti dell'Acropoli (m 352) dell'antica *Circeii*, di cui restano tratti di mura ciclopiche dei secc. IV – III a. C. Il sentiero prosegue lungo la cresta del Monte Circeo, fino a raggiungere il Picco di Circe (m 541), massima elevazione del promontorio, sulla cui sommità sono i resti attribuiti ad un *Tempio di Venere o della dea Circe*. Da qui si raggiunge nuovamente il mare in corrispondenza della cilindrica *Torre Paola*. L'itinerario, della durata complessiva di 4,30 – 5 ore escluso le soste, può essere accorciato e reso meno impegnativo raggiungendo in automobile l'Acropoli di *Circeii* (la durata si riduce a 3 – 3,50 ore circa).

Domenica mattina sarà effettuata un'escursione **in bicicletta** all'interno di quel che rimane dell'antica Selva di Terracina (oggi nota come "Selva di Circe"), che ricopriva buona parte della pianura pontina e che presenta alcuni tratti allagati ("piscine"). L'itinerario prevede la visita anche del Centro Visitatori del Parco, che ospita un Museo Naturalistico e nelle cui vicinanze sono state ricostruite una carbonaia ed una *lestra*, cioè la capanna in cui abitavano stagionalmente i *paludari* (pastori, boscaioli e carbonai). In località Cerasella è aperta un'area faunistica che ospita piccoli branchi di daini e cinghiali.

Saremo ospitati presso l'Hotel Le Palme, Corso Vittorio Emanuele III n. 2, Sabaudia (LT), sito web www.lepalmehotel.net, con sistemazione in camere doppie, triple o quadruple, tutte con bagno. Il costo della mezza pensione, per gli adulti, è € 60,00 al giorno; i bambini al di sotto dei 12 anni beneficiano di uno sconto del 20%, purché ospitati in un terzo o quarto letto; l'utilizzo come singola di una camera doppia (nel limite della disponibilità di posti) comporta un sovrapprezzo di € 25,00 al giorno. Il prezzo **comprende** anche il contributo per le spese organizzative, l'ingresso e il servizio di guida al Museo naturalistico del Parco Nazionale; sono **esclusi** il noleggio della bicicletta per l'escursione di domenica (€ 8,00) e il costo del battello per Ponza (€ 30,00 andata/ritorno per adulto, € 15,00 per i bambini da 3 a 12 anni + € 2,00 per il bagaglio di normali dimensioni).

Tutti i pranzi sono al sacco, a carico dei partecipanti.

Giovedì 6 Settembre il ritrovo è previsto:

- per Forlì, nel parcheggio dietro la sede INPS, alle ore 7:15 con partenza alle ore 7:30;
- per Cesena, nel parcheggio del cimitero di Diegaro, alle ore 7:30 con partenza alle ore 7:45.

Per motivi organizzativi è **NECESSARIO PRENOTARSI IMPROROGABILMENTE ENTRO LUNEDÌ 20 AGOSTO**; la **prenotazione telefonica deve essere accompagnata dal versamento dell'intera quota relativa alla sistemazione alberghiera** (€ 120,00 per due giorni, € 180,00 per i tre giorni, per ogni adulto), che può essere effettuato sul c/c intestato a L'UMANA DIMORA SEDE DI FORLÌ presso la Banca di Forlì - Credito Cooperativo (IBAN IT83 F085 5613 2000 0000 0254 601). Il bonifico per cassa effettuato in contanti presso qualunque filiale della Banca di Forlì è esente da commissioni. Il pagamento del battello per Ponza e del noleggio della bicicletta sarà invece effettuato *in loco*, da parte di chi – naturalmente – utilizza tali servizi.

L'uscita è riservata agli associati e loro familiari. Chi non fosse in regola con il pagamento della quota associativa per il 2012 può provvedere anche nel corso dell'uscita.

Le escursioni si svolgono in gran parte su sentieri segnati; per l'escursione di sabato (Picco di Circe) sono obbligatori gli scarponi da trekking, per le passeggiate di giovedì e venerdì sono sufficienti le scarpe da ginnastica, purché con suola scolpita. Si consiglia infine di portare un binocolo per l'osservazione dell'avifauna nei laghi costieri e nelle zone umide.

Per ulteriori informazioni e per le iscrizioni telefonare:

- per Forlì, a Renzo Tani (0543.28348 o 348.3124803) oppure a Roberto Zannoni (0543.554934 o 328.9056653);
- per Cesena, a Gianna Venturi (0547.480195 o 329.2103132).



Brema Pontabilità s.r.l.

Via Anita Garibaldi, 12 – 47100 Forlì
Tel. 0543-29721 Fax 0543-30402
P.I.: 03205780400



VERNICI FORLÌ

Viale Bologna n. 296 – 47122 Forlì (FC)
Tel. 0543.754424 – Fax 0543.756834
P.I. 03753150402